

تاریخچه آموزش بهداشت

- قدیمی ترین نوشته مربوط به بهداشت عمومی قانون حمورابی است که از جانب پادشاه بابل وضع گردید و در آن قوانینی راجع به اعمال بهداشتی و فهرست پرداخت دستمزد پزشکان به چشم می خورد.
- با شروع قرن بیستم و تحولاتی همچون تاسیس سازمان جهانی بهداشت ، رویکرد تصمیم گیران و سیاستگذاران به پیشگیری به عنوان راهکار اصلی سلامت جامعه شکل تازه ای پیدا کرد که ابتدا متوجه بیماریهای مسری گردید و به همین منظور مرکز پیشگیری و کنترل بیماریها در سال ۱۹۴۶ در آتلانتا جورجیا تاسیس شد. ماموریت اصلی این مرکز ارتقاء سلامت و بهبود کیفیت زندگی از طریق پیشگیری و کنترل بیماری ، آسیب و ناتوانی است.

- در آمریکا و کشورهای پیشرفته ، پیش از دهه ۱۹۵۰ تاکید عمده بهداشت عمومی بر پیشگیری از بیماریهای واگیر بود که با بهبود خدمات بهداشت عمومی و برنامه های پزشکی و ایمن سازی تاکید رفته رفته به پیشگیری از بیماریهای مزمن انتقال یافت و آموزش بهداشت به عنوان راهبرد اصلی برای مقابله با این بیماریها شناخته شد.

- در ایران باستان مردم اهمیت زیادی برای آب آشامیدنی سالم، دفع بهداشتی مدفوع ، جداسازی بیماران ، بهداشت فردی ، لزوم نابودی حیوانات موذی و حشرات قایل بودند که نشانگر توجه آنها به امر سلامت و پیشگیری از بیماری می باشد.

- در سده اخیر با افتتاح دارالفنون در دوره قاجاریه و آمدن دکتر تولوزان فرانسوی به ایران فصل جدیدی در اقدامات پزشکی و بهداشتی در جهت سلامت جامعه برداشته شد.
- در سال ۱۳۲۰ وزارت بهداری تاسیس شد و در سال ۱۹۴۸ ایران به عنوان یکی از کشورهای موسس سازمان جهانی بهداشت فعالیت خود را در زمینه کنترل بیماریها به خصوص بیماریهای واگیر آغاز نمود. در سال ۱۳۳۰ فعالیتهای آموزش بهداشت در سطح محدودی آغاز شد که ابتدا متوجه اقداماتی همچون ریشه کنی مالاریا و سایر بیماریهای مسری گردید و اقداماتی همچون تهیه مطالب آموزشی ، پوستر و بولتنهای خبری در این راستا صورت گرفت.
- در سال ۱۳۴۰ واحد آموزش بهداشت وزارت بهداری تجهیز شد و حالت فعالتری به خود گرفت و در سال ۱۳۵۱ اداره آموزش بهداشت به دفتر آموزش سلامت تبدیل گردید و به تدریج با رشد و تحولات علمی ، اقتصادی ، اجتماعی به تدریج فلسفه ، اهداف و روشهای آموزش سلامت مطابق با تغییرات جهانی متحول شد.

LEARNING

● تعریف :

یادگیری عبارتست از تغییر نسبتاً پایدار در رفتار بالقوه فراگیر مشروط بر آنکه این تغییر بر اثر اخذ تجربه رخ دهد.

به نظر ABBAT هدف از یادگیری آن است که در پایان دوره آموزشی فراگیر بداند ، احساس کند یا بتواند انجام دهد.

یادگیری فرآیند فعال کسب آگاهی است که به شکل تغییر ایده ها ، انتقال پیام ، شکل گیری گرایشها ، مهارتها و ارزشها صورت می گیرد.

آموزش چیست؟

آموزش عبارت است از کنشها و واکنشهایی که بین معلم و شاگرد به منظور ایجاد تغییرات مورد انتظار در رفتار شاگرد بوجود می آید

یادگیری چیست؟

یادگیری، ایجاد یک تغییر نسبتاً دائمی و پایدار در رفتار یادگیرنده می باشد یادگیری تغییری است که بر اثر تجربه یا آموزش در رفتار موجود زنده پدید می آید

✓ یادگیری و تغییر رفتار با ابعاد بدنی مانند طول و عرض و قد و وزن بدنی ارتباط ندارد

✓ دگرگونیهای ناشی از رشد طبیعی، بازتابها، پاسخهای خستگی، تاثیر داروها از نوع یادگیری نیستند

✓ **هیلگارد** روانشناس معروف، گرچه یادگیری را دارای دو جنبه نهان (نظری) و نمایان (کارنمودی) می داند، ولی تصریح می کند که یادگیری فقط از جنبه نمایان یا عملکردی آن حاصل می شود

بعد از کسب تجربه یادگیری موجود زنده از جمله انسان از حالت قبل از تجربه به یک حالت جدید تغییر می یابد. این یادگیری چه پیچیده باشد مانند یادگیری نحوه کار با کامپیوتر چه ساده مانند یادگیری یک شماره تلفن پس از کسب مهارت یا اطلاع تازه نحوه برخوردش با رویدادها در مقایسه با زمان پیش از یادگیری تغییر می یابد.

یادگیری ایجاد تغییر نسبتاً پایدار در رفتار است. بسیاری از تغییرات ناشی از عوامل انگیزشی و هیجانی، خستگی، انطباق حسی و ... به سرعت از بین می روند و در ردیف یادگیری های موقت قرار ندارند.

یادگیری ایجاد تغییرات نسبتاً پایدار در رفتار بالقوه است. یعنی تغییر نسبتاً پایداری که ما نام یادگیری به آن می دهیم باید در رفتار بالقوه یا توان رفتاری ما ایجاد شود. یعنی تغییر حاصل در یادگیرنده در توانایی های اوست نه تغییر در رفتار ظاهری وی. بعضی اوقات این توانایی ها برای مدت ها در او بطور نهانی باقی می ماند و آثار آن بصورت تغییر رفتار تا مدتی به تاخیر می افتد.

رشد کردن، بالغ شدن، پیر شدن، ورزیده شدن و نیرومند شدن عضلات در نتیجه ورزش و تمرین های بدنی از جمله عواملی هستند که منجر به تغییر می شوند اما چون ناشی از تجربه نیستند یادگیری بحساب نمی آیند.

انواع یادگیری

- به نظر رابرت گانیه طبقه بندی انواع مختلف یادگیری از ساده به پیچیده بدین ترتیب است:
- (۱) **یادگیری علامتی**: یادگیری رفتار بازتابی یا شرطی سازی کلاسیک هم نامیده می شود که طی آن یادگیرنده ، پاسخ شرطی به یک علامت را می آموزد. مانند هنگامی که دانشجو با دیدن سوالات امتحانی مضطرب می شود یا کودک با شنیدن صدای مادر خوشحال می گردد.

- (2) یادگیری محرک - پاسخ: عبارتست از واکنشهای دقیق عضلانی به محرکهای معین. مانند هنگامی که راننده با دیدن چراغ قرمز اتومبیلش را متوقف می کند. تفاوت آن با یادگیری علامتی، ارادی بودن آن است.

- (۳) یادگیری زنجیره ای: برای یادگیری اعمال پیچیده تر، فراگیر تعدادی از یادگیریهای محرک - پاسخ قبلی را به هم پیوند می دهد و زنجیره ای از رفتارهای پیچیده محرک - پاسخ را می آموزد. در این یادگیری عمل تازه ای آموخته نمی شود بلکه اعمال آموخته شده قبلی در ترکیبی تازه به هم پیوند می خورند و یک مهارت جدید آموخته می شود. مانند اعمالی که فرد برای راندن اتومبیل انجام میدهد یا عمل مسواک زدن در کودکان. نام دیگر آن مهارت آموزی است.

- (4) یادگیری کلامی: این نوع یادگیری، نوع خاصی از یادگیری زنجیره ای است که در آن حلقه های یادگیری یا محرک-پاسخها، واحدهای زبان هستند. مانند فعالیت یک کودک در نامیدن یک شیء که شامل دو مرحله است یکی تشخیص شیء و دیگری نامیدن درست شیء. مثلاً تشخیص توپ توسط کودک و محرک درونی که موجب به زبان آوردن کلمه توپ می گردد. یادگیری ترجمه واژه ها از زبانی به زبان دیگر نیز از این نوع است.

- (5) یادگیری تمایز محرکات : شامل یادگیری ارائه پاسخ مناسب به محرکات مختلف است. مانند هنگامی که کودک می آموزد رنگهای مختلف را با نام درست بیان کند یا بتواند شکل‌های مختلف هندسی را تشخیص دهد.

- (6) یادگیری مفهوم : در این نوع یادگیری ، فراگیر به ویژگی‌های مشترک اشیاء یا امور واکنش نشان می دهد نه به ویژگی‌های اختصاصی آنها. مفاهیم دسته‌هایی از رویدادها ، اندیشه‌ها ، افراد یا اشیاء هستند و به گروه‌بندی مقدار زیادی اطلاعات پراکنده در قالب واحدهای معنی‌دار کمک می کنند . مثلاً کتاب یک مفهوم است زیرا وقتی می‌گوییم کتاب منظورمان هیچ کتاب خاصی نیست زیرا مفهوم کتاب ، همه کتابهای دنیا را شامل می‌شود.

- (۷) یادگیری قانون یا اصل: در این یادگیری، فراگیر دو یا چند مفهوم را به هم ربط می دهد و از آنها یک مفهوم جدید بدست می آورد. مانند: فلزات بر اثر حرارت منبسط می شوند یا $2+8=10$

- (۸) حل مسئله: در اینجا فراگیر با استفاده از مفاهیم، اصول و سایر اطلاعات یادگرفته از قبل، به حل مشکلی می پردازد و با حل مشکل اطلاعات تازه ای بر اطلاعات یادگیرنده افزوده می شود. مانند هنگامی فرد با توجه به میزان پولی که در اختیار دارد به خرید اجناس مورد نیازش می پردازد.

نظریه های یادگیری

- نظریه های یادگیری را بطور کلی میتوان در دو گروه نظریه های محرک پاسخ و نظریه های شناختی بررسی نمود. پیروان نظریه های محرک پاسخ معتقدند که یادگیری پیوندی است که بین محرک و پاسخ برقرار می شود و پیروان نظریه های شناختی معتقدند که شناخت آدمی از محیط اطراف خود منجر به یادگیری می شود.

• الف (نظریه های محرک پاسخ :

(۱) نظریه شرطی شدن کلاسیک : که توسط پاولوف دانشمند روسی مطرح شد و اساس آن این است که همراه کردن یک محرک نا آشنا با یک محرک آشنا موجب یادگیری محرک نا آشنا می گردد.

(۲) نظریه شرطی سازی وسیله ای اسکینر : بر طبق این نظریه ، دادن پاداش یا جایزه موجب شرطی شدن فراگیر و تقویت وی برای یادگیری می شود. تقویت میتوان بصورت منفی نیز باشد. تنبیه نمونه ای از تقویت منفی است. کاربرد: فراهم کردن پاداش مناسب با تشویق

اگر ضربه‌ای به کشکک استخوان زانو وارد شود تکان شدیدی زانو را به طرف جلو پرتاب می‌کند.

اگر از فضای نیمه تاریکی وارد فضای روشنی بشویم مردمک چشم بدون اراده و دخالت ما تنگ و کوچک می‌شود و عکس آن نیز هنگامی روی می‌دهد که از فضای کاملاً روشنی وارد فضای نیمه تاریکی بشویم.

اگر قطعه گوشتی را به سگ گرسنه‌ای نشان بدهیم یا در دهانش بگذاریم بی‌شک حیوان تراوش بزاق می‌کند.

اینها نمونه‌هایی از بازتابهای (رفلکسهای) طبیعی یا غیر شرطی هستند.

(پاسخ طبیعی تراوش بزاق) $US_1 \longrightarrow UR_1$ (محرک طبیعی گوشت)

(پاسخ طبیعی تیز کردن گوش) $US_2 \longrightarrow UR_2$ (محرک طبیعی رنگ)

$$US_2 + US_1 \longrightarrow UR_1$$

$$'' '' '' '' \longrightarrow '' ''$$

$$'' '' '' '' \longrightarrow '' ''$$

$$('' '' '' '' \longrightarrow '' '')$$

(پاسخ شرطی) $US_2 \longrightarrow UR_1$ (محرک شرطی)

محرکی که چندین بار همراه محرک دیگری بیاید پاسخ آن را به خود اختصاص می‌دهد. به این قرار محرک شرطی جای محرک اصلی را می‌گیرد و یادگیری انجام می‌شود

این تغییر وضع را یادگیری می‌نامیم که پاولف آن را شرطی شدن عنوان کرده است. زیرا شیوه‌ای را که برای شرطی شدن به کار می‌برد عبارت از ایجاد اوضاع و شرایطی است که یک محرک بی اثر در نتیجه تکرار و همزمانی با محرکی که پاسخ خاصی دارد، به تنها نقش محرک اصلی را بازی می‌کند و سبب بروز همان پاسخ نخستین می‌شود.

پاولف چنین پاسخی را پاسخ شرطی و محرک جدید را محرک شرطی می‌خواند.

کاربرد تئوری مذکور در فرایند یادگیری این است که مربی باید علاقه شنونده را جلب کند یا در هر تغییر رفتاری مورد نظرش بایستی امکانات و منابعی را تهیه کند و نتایج سودمند را نشان دهد.

Before conditioning

**FOOD
(UCS)**

**SALIVATION
(UCR)**



BELL

NO RESPONSE



During conditioning

**BELL +
FOOD
(UCS)**

**SALIVATION
(UCR)**

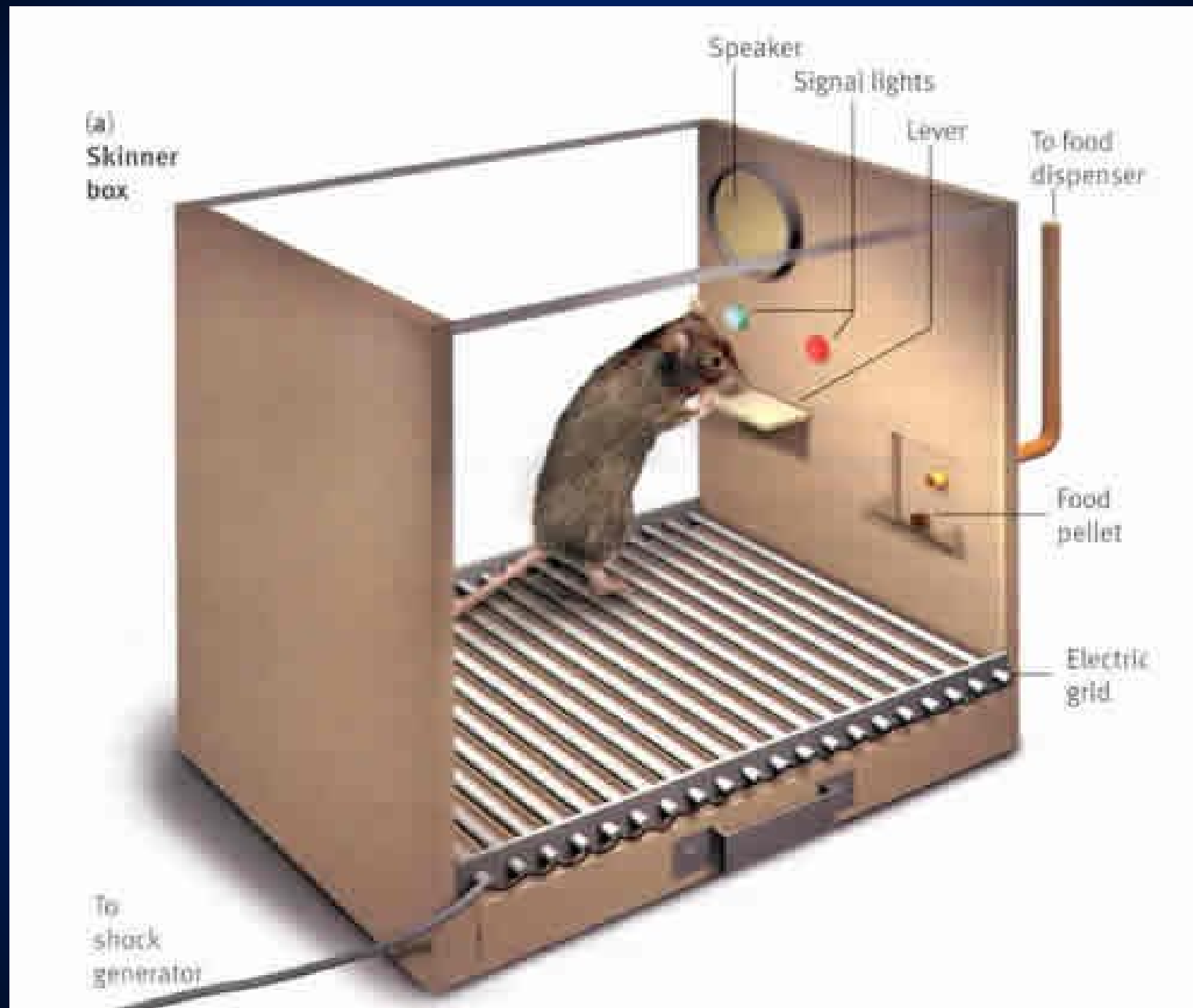


After conditioning

**BELL
(CS)**

**SALIVATION
(CR)**





کاربست نظریات شرطی سازی (رفتاری) در آموزش بهداشت

• مهم ترین اصول ارائه آموزشی در این تئورها:

1) از آنجایی که رفتارگرایان، مطالعه رفتار قابل مشاهده را مبنای کار خود قرار داده اند، بنابراین تعیین اهداف آموزشی و تبدیل آن ها به اهداف دقیق و رفتاری از وظایف اساسی یک استاد است.

2) وضوح اهداف در آموزش، سازمان دهی مطالب از ساده به پیچیده، تأکید بر فرایند ارزشیابی و ارائه پاسخ های صحیح به پرسش ها، آماده ساختن فراگیران برای یاد گیری، و ایجاد محیطی منظم برای آموزش، تکرار پاسخ صحیح و دادن پاداش به فراگیران پس از پاسخ گویی صحیح آنها به پرسش ها،

کاربست نظریات شرطی سازی در آموزش بهداشت

• مهم ترین اصول ارائه آموزشی در این تئورها:

- (۲) برقراری ارتباط میان یادگیری های قبلی فراگیران با مطالب جدید، استفاده از واقعیت های شناخته شده و محسوس در یادگیری، تمرین و تکرار مطالب و استفاده از مثال های گوناگون
- (۳) از قانون پاداش ثراندیک در طرح رابطین بهداشتی استفاده فراوان می شود. رابطین بهداشتی افرادی از یک محل هستند که موضوعات بهداشتی را توسط پرسنل بهداشتی دریافت می کنند و این اطلاعات را بین مردم ترویج می دهند بدون آن که حقوقی دریافت کنند. حضور رابطین بهداشتی در یک مرکز یا خانه بهداشت را می توان با تشویق آنها (مثلاً به سفرهای زیارتی بردن) افزایش داد.

• (ب) نظری های شناختی:

1) نظریه یادگیری کورت لوین : شامل **چهار مرحله** تغییر در ساختار شناختی ، **تغییر در انگیزه** ، تغییر در تعلق به گروه یا ایدئولوژی و **کسب کنترل ارادی برای انجام مهارت**. بر طبق این نظریه ، فرد با کسب آگاهی در مورد چیزی نسبت به آن انگیزه مثبت یا منفی پیدا می کند و سعی میکند آن را با ایدئولوژی گروهی که به آن تعلق دارد بررسی نماید و در صورت حمایت گروه ، آمادگی لازم را برای یادگیری کامل بدست می آورد.

نظریه یادگیری کورت لوین

- تغییر در ساختار شناختی: کسب آگاهی، اطلاعات یا ایده
- تغییر در انگیزه: مغز یاد میگیرد چیزی را بپذیرد یا رد کند.
احساس تمایل به موافق یا مخالف به امری
- تغییر در تعلق به گروه: ذهن فراگیرنده تلاش می کند آن قسمت از یادگیری را که در میان گروه مورد علاقه مشترک است و یا نیست بشناسد. لذا ممکن است فرد علاقه بیشتری به یادگیری آنچه مورد علاقه و پذیرش گروه است.
- کسب کنترل ارادی: اجرای عمل یا مهارت در نتیجه یادگیری
مراحل قبلی

- (2) نظریه یادگیری کلمن : او سه نوع یادگیری را معرفی میکند :
یادگیری از طریق اطاعت که فراگیر اغلب از روی اجبار و برای
خشنودی مربی به یادگیری می پردازد
- یادگیری بوسیله تقلید که بیشتر در دوران کودکی رخ میدهد و فرد
معمولاً بدون ارزیابی کاری به تقلید آن می پردازد؛
- درونی سازی که فرد با توجه به نیاز خود و سودمندی عمل به انجام و
یادگیری آن می پردازد.

- (۳) نظریه یادگیری گشتالت: ادراک ذهنی یک مجموعه سازمان یافته از تعدادی محرک است که از طریق حواس درک می شود و **ذهن را قادر** به تداعی ایده ها و چارچوب مرجع می نماید. بنابراین ذهن قادر است با پرکردن جای آنچه که بیان نشده، یک **کل منسجم** را تشکیل دهد. **شکل وزمینه، مجاورت، وابستگی، شباهت و آشنایی** از جمله ویژگیهای میدان حسی هستند که ادراک را تحت تاثیر قرار می دهند.
- منظور از گشتالت شکل، انگاره یا طرح است.
- روانشناسی گشتالت: “کل از اجزای تشکیل دهنده آن بیشتر است.”
- عنصر اصلی یادگیری در روانشناسی گشتالت **رسیدن به بینش** است.

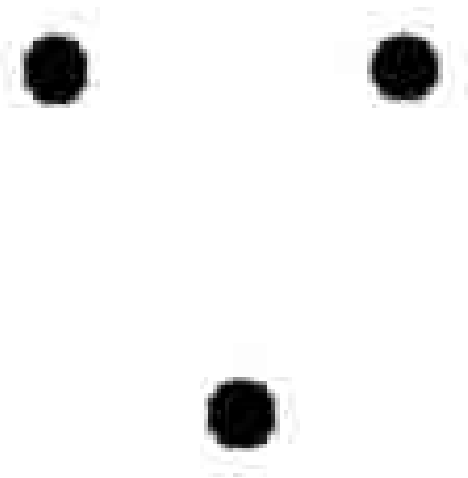
نظریه یادگیری گشتالت

واژه گشتالت در آلمانی به معنای وضع و شکل یا هیأت کل به کار برده می‌شود و عنوان اصلی این رشته از روان‌شناسی است

هر شیئی یا وضعی را نمی‌توان به وسیله اجزاء آن به خوبی ادراک کرد

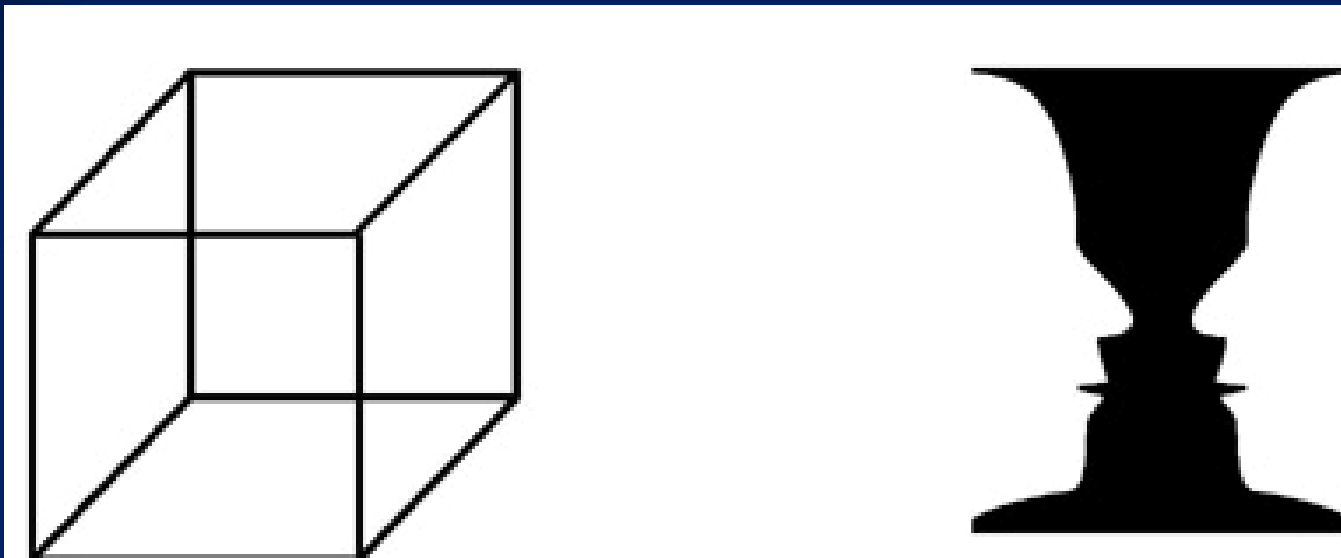
فرد می‌کوشد موجودات مادی را به صورت و هیأت کل درک کند، یا به آنها معنا و مفهومی ببخشد و آنچه را که می‌بیند سازمان دهد و در آن وحدتی به وجود آورد

آنچه در روان‌شناسی گشتالت اهمیت دارد پی
بردن به **ادراک ارتباط** است که موجب رفتار
معنادار می‌شود

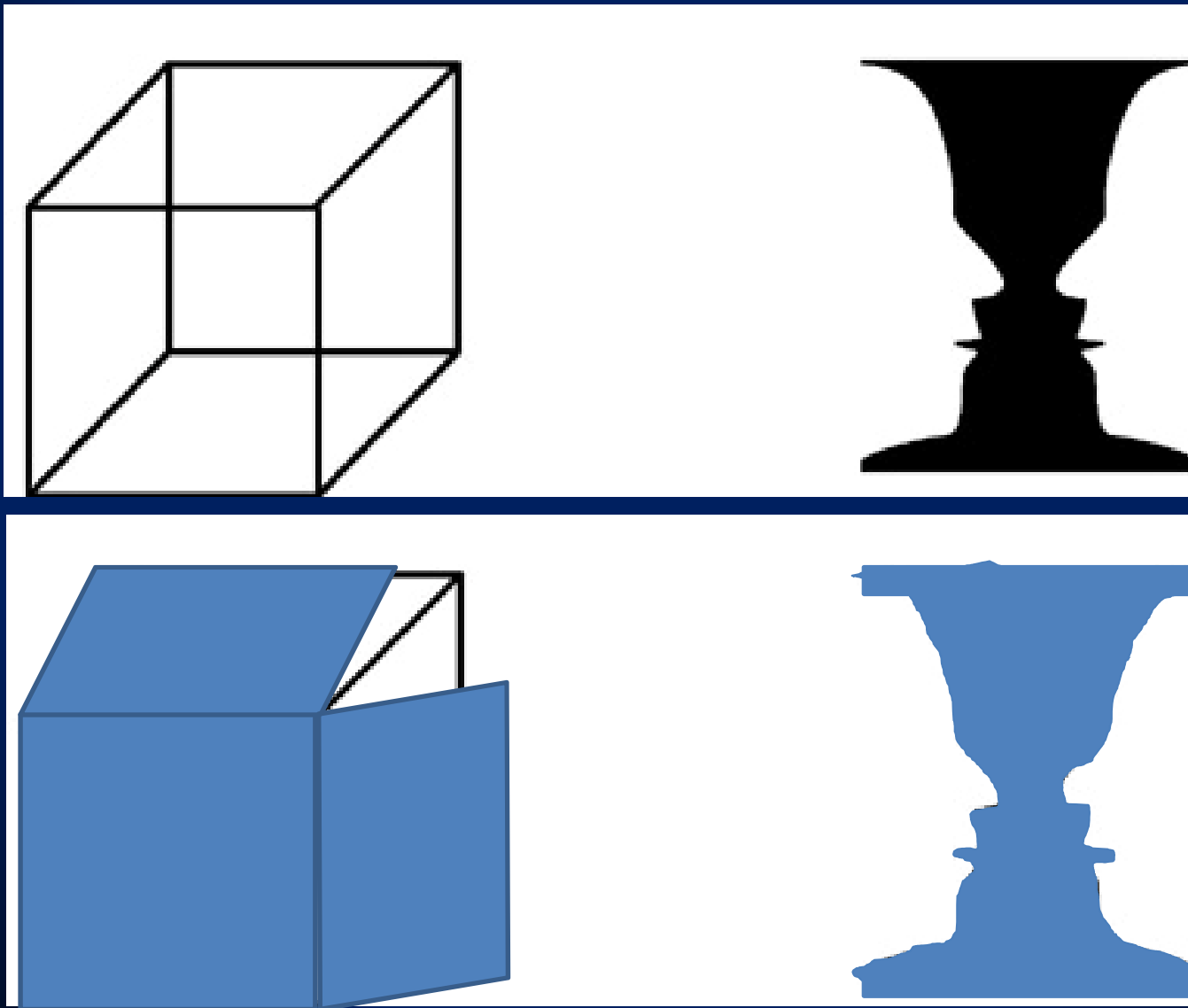


- **شکل و زمینه:** ذهن انسان قادر است میان شکل و زمینه ارتباط ایجاد کند. شکل در نظریه گشتالت همان گشتالت است که فرد ادراک می کند. و زمینه یعنی صحنه ای که شکل در آن ادراک می شود.

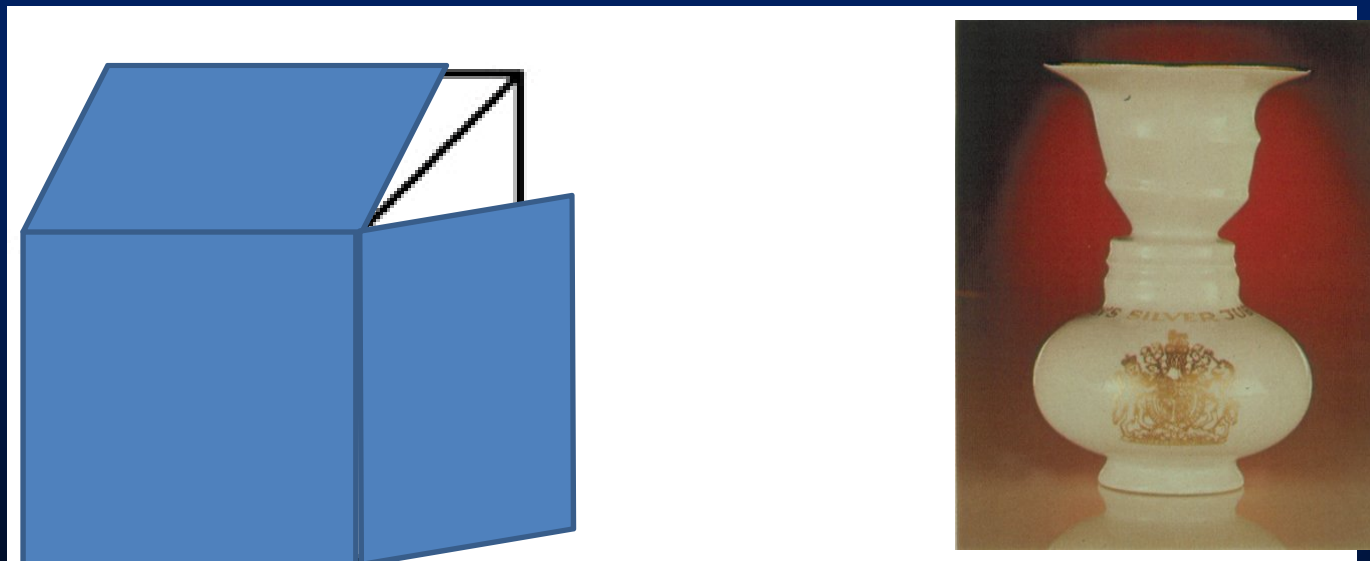
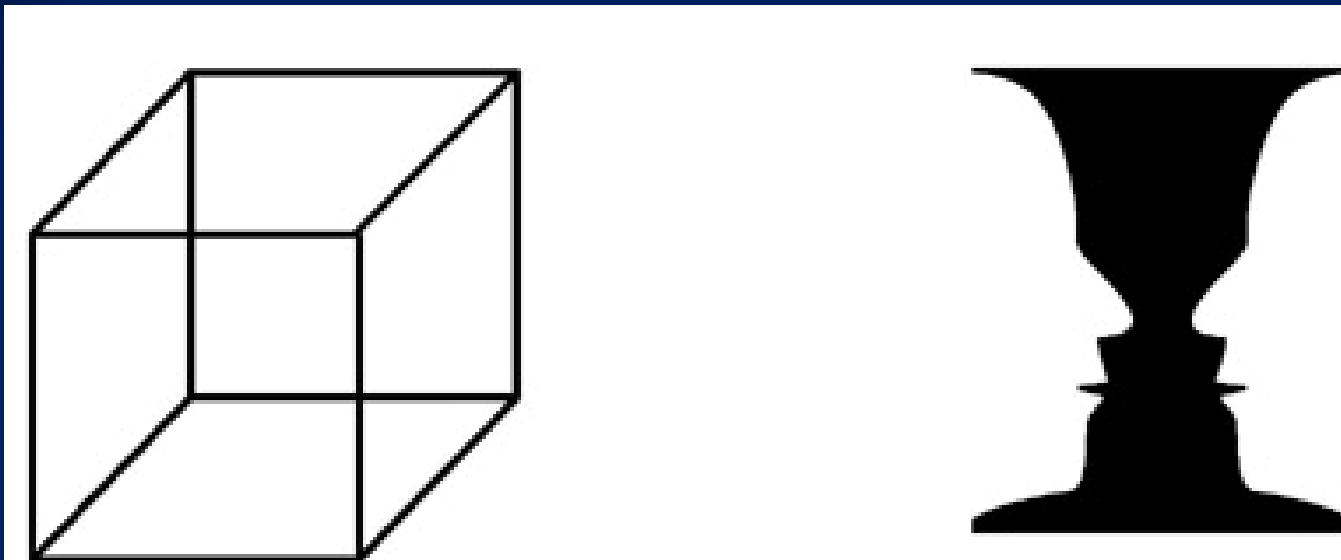
Principle of Multistability



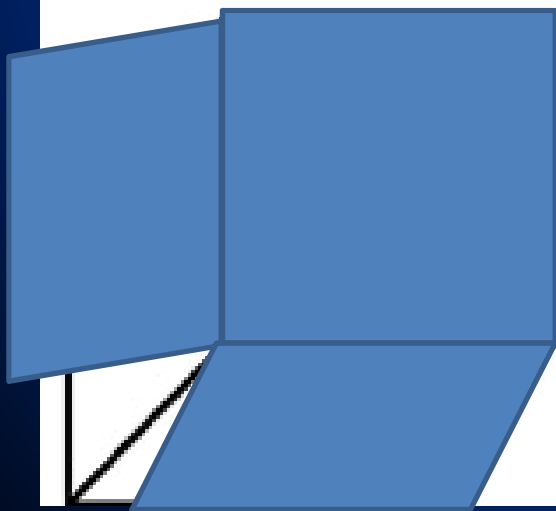
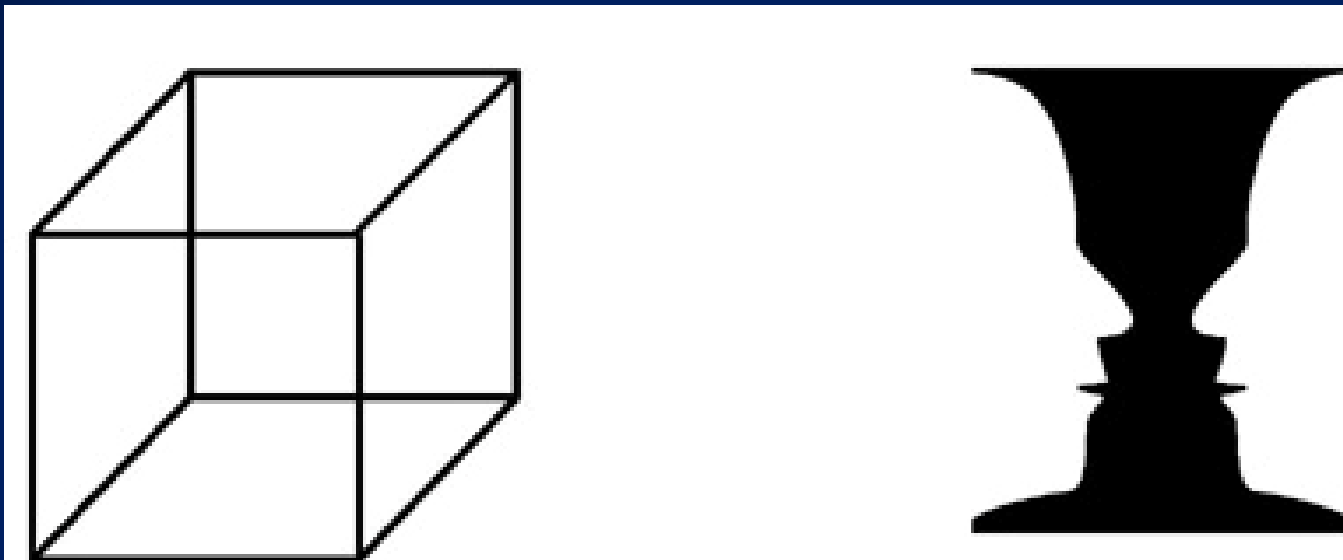
Principle of Multistability



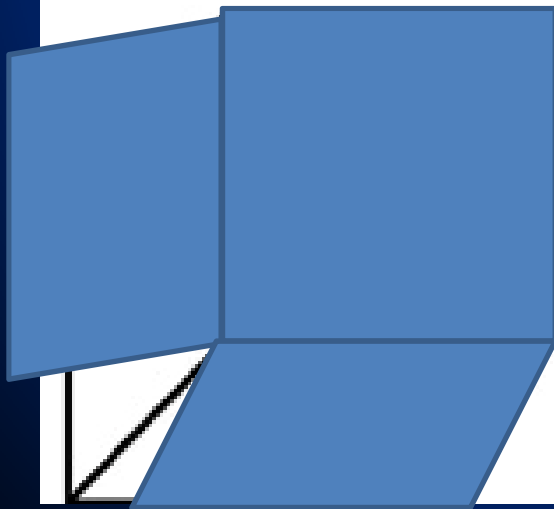
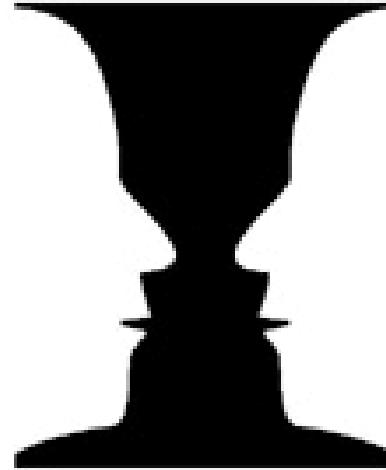
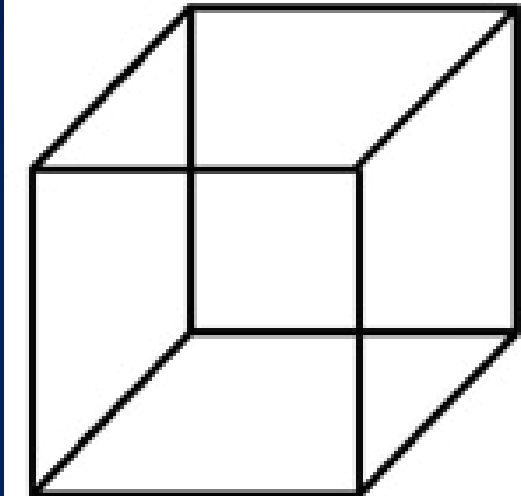
Principle of Multistability



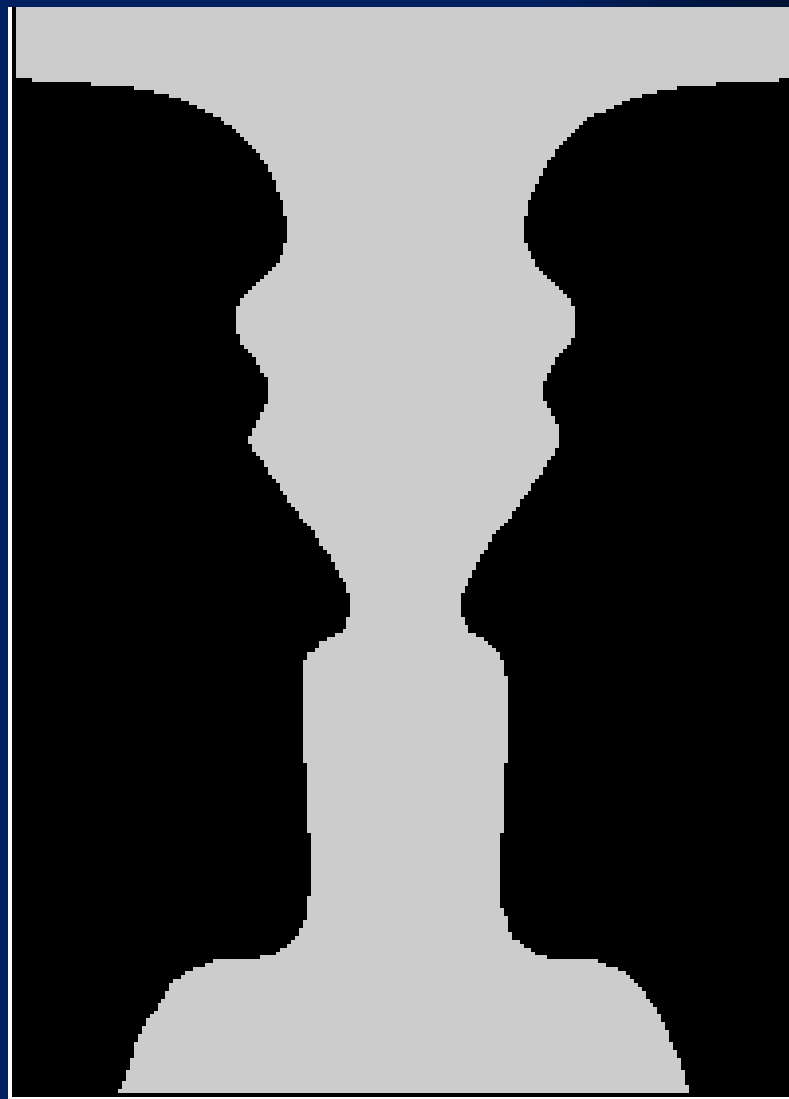
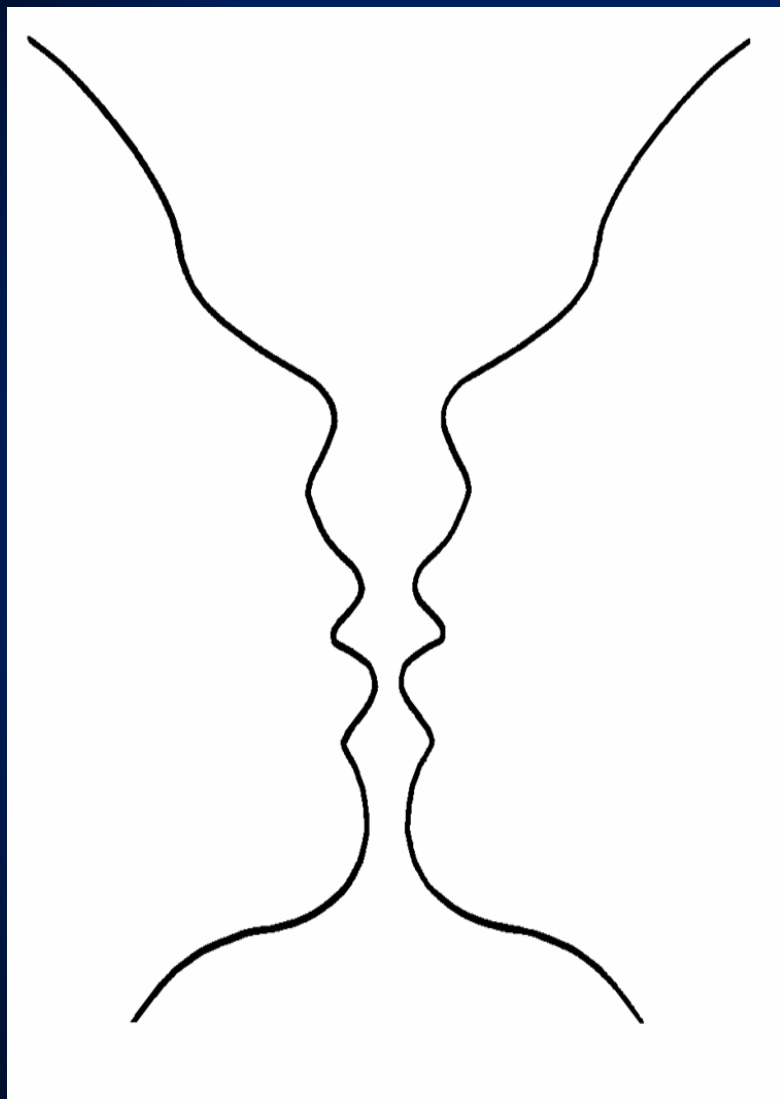
Principle of Multistability



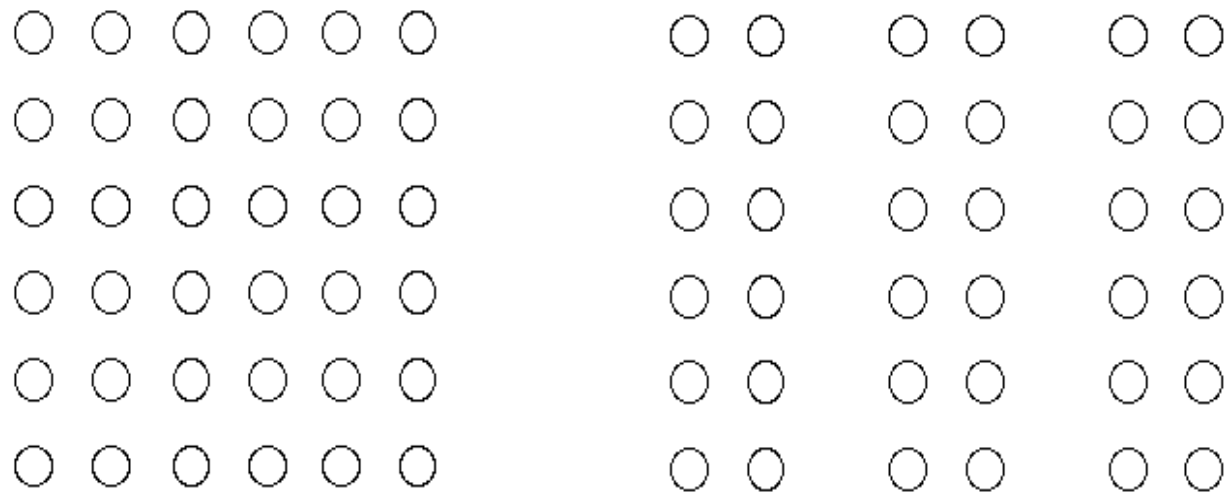
Principle of Multistability

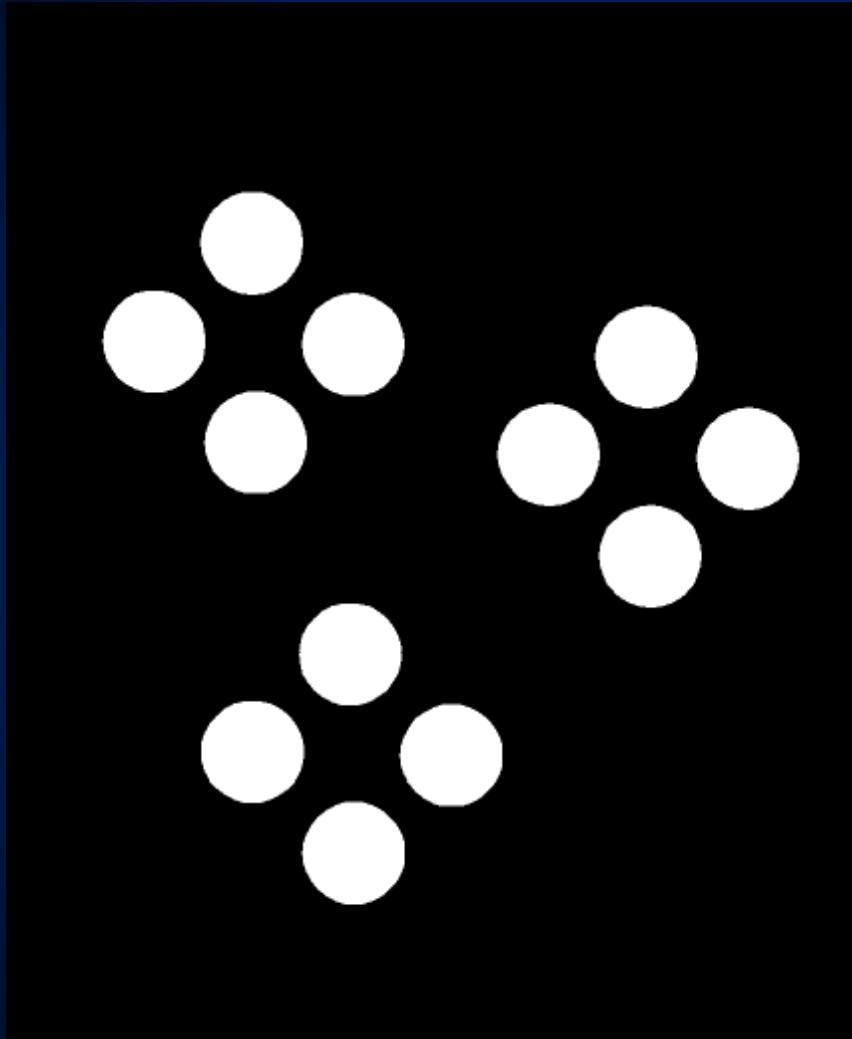






- **قانون مجاورت:** پدیده ها و اموری که نزدیک به هم قرار دارند بهتر درک و سهل تر آموخته می شوند. عناصری که در مجاورت با یکدیگر قرار داشته باشند به صورت یک کل یکپارچه درک می شوند.





Proximity

Visual elements that are close together unite and are easily seen as a figure.

Elements that are near to one another join together to form patterns or “groupings,” figures against the ground.



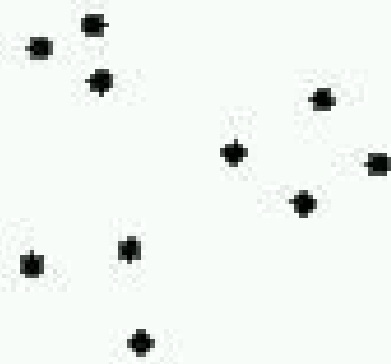
GESTALT

Proximity

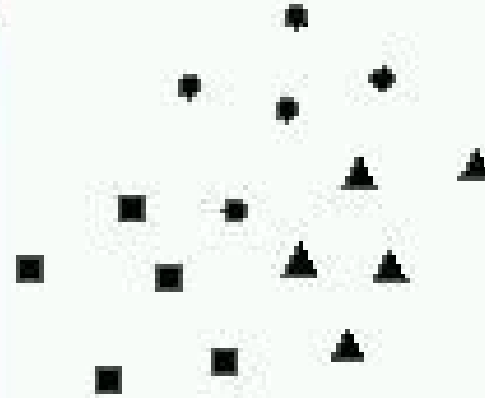


AFTER THE SWIM, 2004, MARJON B.

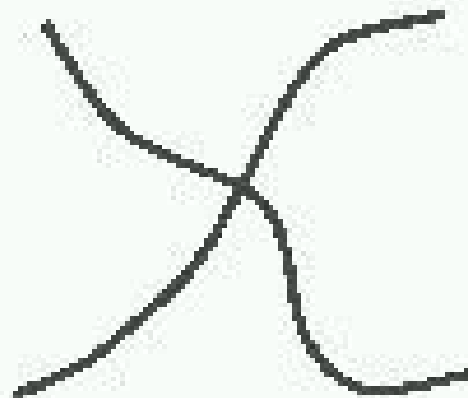
The horses in this photo appear to be in two groups.



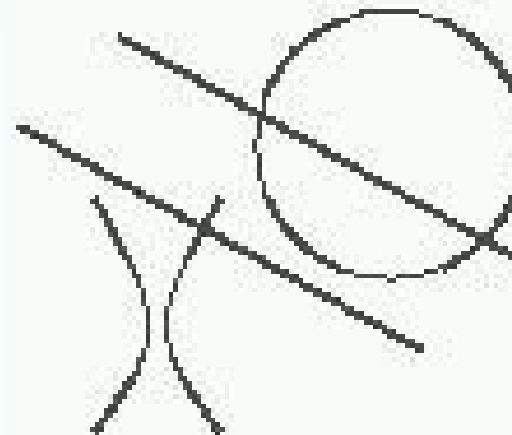
Proximity



Similarity

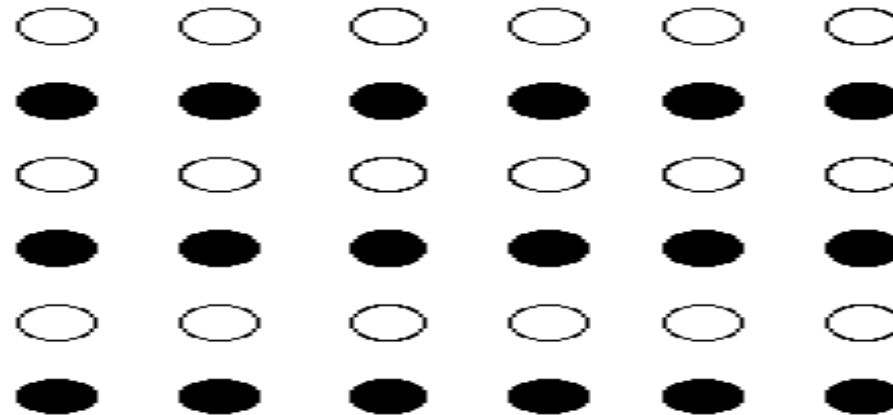


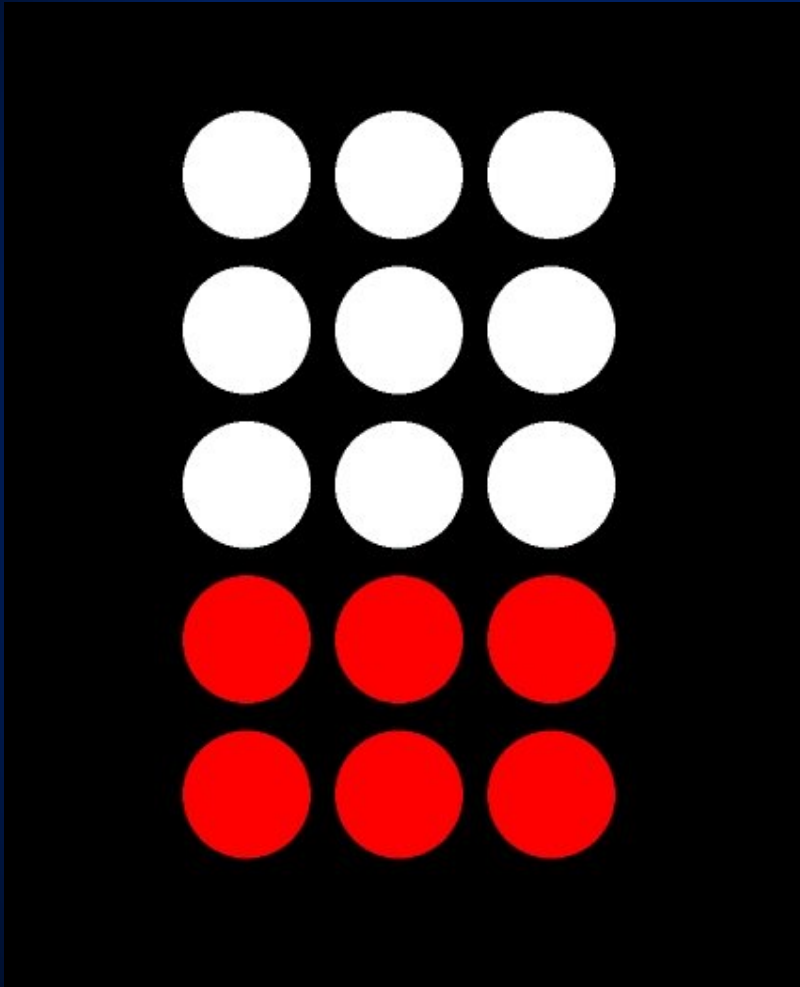
Continuity



Symmetry

- **قانون شباهت:** مطالب مشابه و همگون بهتر از مطالب نا مشابه یا ناهمگون آموخته می شوند. شباهت از نظر شکل، رنگ و..





Similarity

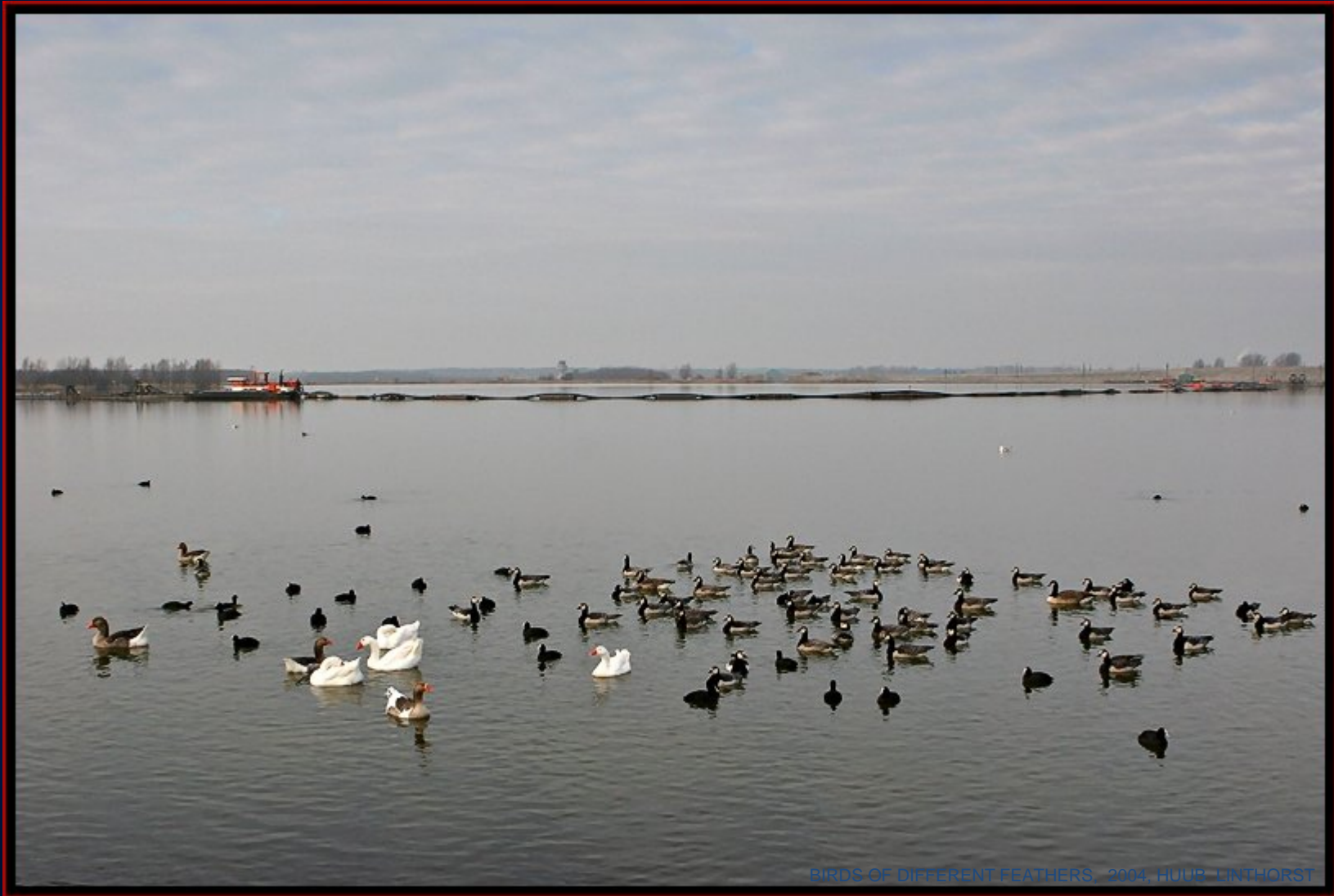
Visual elements that resemble one another, whether in size, shape, or color, unite to form a homogeneous group and are seen as a figure.

How many groups do you see?



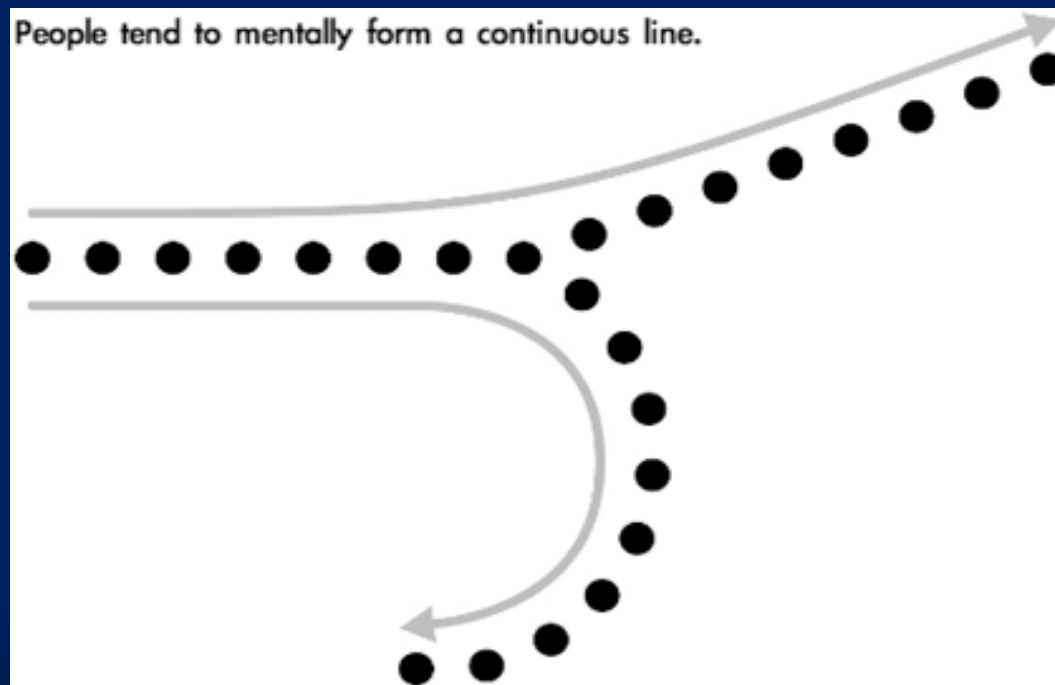
GESTALT

Similarity



Our eye picks out the white geese from the black and our brain treats them as a group.

- قانون ادامه خوب یا جهت مشترک: قاعده ای که برای ادامه در نظر گرفته می شود. یعنی ذهن انسان قادر به دادن الگوها به همان شکل می باشد.





Continuity



YELLOW BICYCLES, 2004, STEPHEN NUNNEY

کاربست نظریات شناختی در آموزش بهداشت

• مهم ترین اصول ارائه آموزشی در این تئورها:

1) تأکید آزرابل بر برقراری ارتباط میان مطالب آموزشی و پیش سازمان دهنده های مربوط، طبقه بندی و سازماندهی ارائه مطلب و بیان کلیات در ابتدا و جزئیات در ادامه، به منزله اصول ارائه محتوای آموزشی است.

2) موضوع روانشناسی شناختی، فعالیت های ذهنی یا فکری انسان است. به عبارت دیگر، موضوع این علم فرایندهایی است که از طریق آن، انواع اطلاعات ورودی (درون داده ها) به مغز دچار دگرگونی، کاستی، افزایش یا بسط گردیده، ذخیره و بازیابی شده و مورد استفاده های مختلف قرار می گیرد

کاربست نظریات شناختی در آموزش بهداشت

• مهم ترین اصول ارائه آموزشی در این تئورها:

(۳) پیش سازمان دهنده: استاد موظف است، قبل از شروع هر درس، خلاص های از موادی که باید به فراگیران تدریس شود، (بیان کند؛ او این مطالب کلی را پیش سازمان دهنده نامید.

(۲) بر خلاف رفتار گرایان که با فرایندهای ذهنی سر و کار نداشتند، شناخت گرایان بر فرایندهای ذهنی غیر قابل مشاهده ای تأکید می کنند که افراد برای یاد گرفتن و یادآوری اطلاعات یا مهارت های جدید به کار می برند. آن ها بر این باورند که یادگیری، فرایندی درونی است که ممکن است به صورت تغییر فوری در رفتار آشکار، ظاهر نشود.

کاربست نظریات شناختی در آموزش بهداشت

- **مهم ترین اصول ارائه آموزشی در این تئورها:**

(۴) یکی دیگر از کاربردهای آموزشی نظریه استفاده از شاگردی شناختی است. منظور از شاگردی شناختی این است که فراگیران، از راه درگیری با تکالیف و مسائل واقعی و اصیل و ضمن همکاری با افراد دارای مهارت بیشتر به یادگیری بپردازند.



BeheshtGroup.com



منتظر دیگر معجزات نباشید
شما خود یک معجزه هستید! یک معجزه الهی که باید به وقوع پیوندد!

Don't wait for other miracles.

You yourself are a miracle! The one which must happen at last!